



Het bestuur van De Schelp wenst u allen een heel voorspoedig en gezond 2016.



BESTE ALLEMAAL,

Vandaag, 31 december 2015, ben ik net terug uit een sfeervolle Schelp waar ik iedereen nog even een goede jaarwisseling toe wilde wensen. En zoals altijd kom ik er met een warm gevoel vandaan. Op tafel grote schalen met oliebollen en appelflappen, geschonken door de familie van een van onze gastbewoners. Een volledig bezet huis, veel familie over de vloer en natuurlijk de dienstdoende vrijwilligers, de verpleegkundige en Anita, één van onze coördinatoren. Al met al druk, maar heel gezellig en het huis straalt van zichzelf een serene sfeer uit waardoor drukte een relatief begrip is.

We kijken terug op een jaar waarin de naamsbekendheid van De Schelp opnieuw is toegenomen. Veel gastbewoners wisten via hun familie, huisarts of andere verwijzer de weg naar ons huis te vinden. Het kwam soms zelfs voor dat we geen plaats hadden waardoor we, na overleg, op zoek moesten naar andere mogelijkheden als collega-hospices of verpleeghuis. Voor ons het teken dat we voorzien in een behoefte. Dit wordt trouwens altijd bevestigd tijdens de evaluatiegesprekken met de nabestaanden waarin we uitsluitend positieve geluiden te horen krijgen. Dat dit voor het overgrote deel te danken is aan onze ruim tachtig vrijwilligers heeft geen betoog. Zonder hen zou de Schelp niet kunnen bestaan!

Nu we alweer ruim zeven jaar bestaan merkten we dat het hoog tijd werd om het een en ander aan de inrichting van het huis te gaan verbeteren. Zo hebben we het bankstel vervangen, een nieuw vloerkleed aangeschaft en de timmerman verzocht om ervoor te zorgen dat de binnendeuren goed kunnen sluiten. En nadat dat allemaal was gebeurd gingen achtereenvolgens de koelkast, de wasmachine, de vaatwasser en de droger stuk.



Gelukkig konden sommige apparaten nog gerepareerd worden en voor de rest zijn we tot vervanging overgegaan. Hopelijk kunnen we nu weer een aantal jaren vooruit. Tja, we zijn natuurlijk een (min of meer) gewoon huis, dus dit hoort er bij.

(vervolg op blz. 2)

Daarnaast werd het hoog tijd om onze website eens kritisch te beschouwen en te vernieuwen. Ik raad u van harte aan om eens een kijkje te nemen en zelfs, via deze website, een virtuele rondleiding te maken. En natuurlijk zouden we het leuk vinden om uw reactie hierop te horen. Ook dit keer neem ik graag de gelegenheid te baat om, namens het hele bestuur van De Schelp, al onze sponsors, donateurs en gulle schenkers van harte te bedanken voor hun bijdragen in het afgelopen jaar. Dankzij u allen kan De Schelp doorgaan op de manier zoals we dat zo graag willen.

Rest mij u allen een heel goed, gelukkig en vooral gezond 2016 te wensen.

Met vriendelijke groet, Anja de Vries, voorzitter

HUISARTSENBIIJEENKOMST DE SCHELP

In De Schelp behouden de gastbewoners, als het enigszins mogelijk is, de medische zorg via de eigen huisarts. Wanneer dit niet kan, wordt de medische zorg bij toerbeurt geleverd door een vaste groep huisartsen uit de naaste omgeving. Tweemaal per jaar komt deze vaste groep, samen met de coördinatoren en de verpleegkundigen, bijeen om organisatorische zaken te bespreken en/of een thema te behandelen.

Zo was op 10 november jl. Bert Keizer, specialist ouderen geneeskunde en publicist, als spreker uitgenodigd. Zijn inleiding rond zijn laatste boek "Tumult bij de uitgang" met als ondertitel: "Lijden, lachen en denken rond het graf", leidde tot een levendige discussie, waarbij onderlinge ervaringen rondom de terminale zorg werden gedeeld en



besproken. Daarnaast werd uitgebreid stilgestaan bij vragen rondom euthanasie en palliatieve sedatie. Alle aanwezigen gingen na afloop met een positief gevoel naar huis.



STERVEN OP JE EIGEN MANIER

Mensen verschillen van elkaar in de manier waarop ze omgaan met de laatste levensfase. De een vertrouwt in stilte op familie en geloof, de ander regisseert het naderende einde zelf en nog weer een ander duwt het onderwerp weg en blijft hopen op genezing. Motivaction heeft hier onderzoek naar gedaan. De verschillen in persoonlijke opvatting over de laatste levensfase zijn door de onderzoekers als volgt gegroepeerd:

- Sociale mensen (33%): Dit zijn mensen die zijn ingesteld op het gezelschap van familie en vrienden. Ze zijn bovengemiddeld bang zijn voor de dood. Eigenlijk wordt die in sterke mate ontkend. Ze zien voor zichzelf graag een "groots" en "majestueus" afscheid.
- Vertrouwende mensen (12%): Voor hen is het gezin belangrijk. Zij hechten aan regels, zijn plichtsgetrouw en verlenen meer dan anderen hulp aan naasten. Ze hebben weinig angst voor de dood, want die hoort bij het leven, is hun opvatting. Zij putten steun uit hun dierbaren of uit het geloof. Ze willen gelegenheid om afscheid te nemen en hebben behoefte aan rouwrituelen.
- Rationele mensen (15%): Ze hebben moeite met het tonen van kwetsbaarheid en hechten aan een rationele benadering. Voor hen is de dood eigenlijk een taboe. Medische zorg, privacy en objectieve informatie zijn voor hen belangrijk.
- Proactieve mensen (18%): Ze vinden de dood geen taboe en juist wel bespreekbaar om zo de regie in eigen hand te houden. Ze willen op hun eigen manier en bij voorkeur thuis sterven. Ze zijn sterk sociaal betrokken en willen tot het einde toe nuttig blijven.
- Onbevangen mensen (22%): Ze zijn jong, tolerant, meer gericht op vriendschappen dan op familie. Ze houden van genieten en grenzen verkennen. Ze zien de dood onbevangen tegemoet zien. Ze hebben weinig wensen en hebben meestal niets geregeld.

(vervolg, op blz. 3)

Hoe zorgverleners denken, voelen en praten over het eigen sterven heeft invloed op de zorgrelaties die zij onderhouden tijdens hun werk. Daarom is de stichting STEM een trainingsprogramma gestart voor zorgvrijwilligers van hospices. De Schelp neemt daar ook aan deel.

Startbijeenkomst

Het onderzoek van Motivaction vormt een onderdeel van het project STEM (Sterven op Eigen Manier). Het project is gericht op verbetering van de communicatie met de patiënt – in ons geval de gastbewoner - over het levenseinde.

Coördinator Anita Gaal en vervangend coördinator/zorgvrijwilliger Connie Constant zullen deelnemen aan het “train de trainers” programma. Voor alle zorgvrijwilligers van De Schelp is er op 20 januari 2016 een startbijeenkomst. Een medewerker van STEM zal uitleg geven. Gezamenlijk gaan we kijken naar gewenste verbetering binnen ons hospice.

Meer informatie is te vinden via:

www.stichtingstem.info

www.doodgewoonbespreekbaar.nl (op deze site is ook de test te vinden)



Deze nieuwsbrief is een uitgave van de Stichting Hospice Zaanstreek. Voor meer informatie verwijzen wij u naar de website www.hospice-zaanstreek.nl